

УДК 612.843.7

**РІВЕНЬ НЕЙРОТИЗМУ ЯК ФАКТОР ПСИХОЕМОЦІЙНОГО РЕАГУВАННЯ СТУДЕНТІВ НА
ЗМІНУ ПОГОДНИХ УМОВ**

М. М. Микула, В. О. Киричук

Національний медичний університет імені О. О. Богомольця, проспект Перемоги, 34, Київ, 01601, Україна

Індивідуальні відмінності успішності навчальної діяльності студентів визначаються низкою причин як зовнішнього, так і внутрішнього характеру, такими, як особливості властивостей нервової системи [1], а розумова діяльність супроводжується зниженням рухової активності, що зумовлює підвищення нервового напруження [2]. Нервово-психічне напруження супроводжує будь-яку розумову діяльність, оскільки інформація дає не лише пізнавальне, а й велике емоційне навантаження.

Емоційна стійкість індивіда зумовлена психофізіологічною чутливістю його ендogenous систем, особливостями індивідуального розвитку, що визначають переважаючий тип реагування на емоціогенний подразник [3].

Специфіка та рівень функціонального стану організму суттєво пов'язані з індивідуальними рисами: силою нервової системи, екстраверсією чи інтраверсією, тривожністю [4]. Людина, як і інші живі організми, постійно перебуває під впливом мінливих факторів зовнішнього середовища, тому основною метою дослідження було встановлення особливостей психоемоційної реакції у студентів з різним рівнем нейротизму на зміну метеорологічних умов.

У дослідженні брали участь 45 практично здорових студентів віком від 19 до 24 років. За допомогою опитувальника студенти оцінювали свій стан, що характеризувався психічною активацією, інтересом до виконання розумової роботи, емоційним тонусом, психічним напруженням та комфортністю. За допомогою анкети Айзенка обстежуваних поділили на осіб з високим та низьким рівнем нейротизму [5].

Обстеження проводили за сприятливої (СП) та несприятливої (НП) погоди згідно медичної класифікації її типів [6].

Встановлено, що рівень субдепресії в осіб з високим нейротизмом при НП зростав на 14,3 % ($p < 0,05$), але не виходив за гранично допустимі межі, що вважаються за норму; в той же час емоційний тонус достовірно знижувався – на 22,2 % ($p < 0,05$). Група осіб з низьким нейротизмом при СП відрізнялася високою психічною активацією, показавши зниження цього показника при НП на 46,9 % ($p < 0,05$). Рівень інтересу до виконання розумової роботи, комфортність та психічне напруження у всіх обстежуваних залишалися практично без змін незалежно від типу погоди.

Отже, широкий діапазон фізіологічних механізмів адаптації дозволяє зрівноважити психічні процеси для пристосування розумової діяльності до впливу будь-яких погодних умов, проте існують індивідуальні відмінності, зумовлені властивостями нервової системи, наприклад, рівнем нейротизму.

Імовірно, в осіб з низьким рівнем нейротизму при СП посилюються процеси збудження в центральній нервовій системі, а при НП – переважають гальмівні процеси. Зменшення емоційного тонусу в обстежуваних з високим нейротизмом свідчить про їх схильність до тривожних станів при НП. Кортикальний вплив на процеси, що відбуваються в емоційній сфері, у людини проявляється у довільній регуляції емоційного тонусу організму, в умінні керувати своїми емоційними реакціями. Для розумової діяльності існує певний оптимум емоційного тонусу, при якому реакції організму є найбільш досконалими і її ефективність досягає максимального значення, необхідного для досягнення поставленої мети.

Оскільки розумова діяльність великою мірою залежить від емоційного стану людини [2], у студентів з високим рівнем нейротизму за НП можна очікувати зниження рівня розумової працездатності та розвитку тривожних станів, а отже, – погіршення якості навчальної діяльності. З іншого боку, СП є оптимальною для підтримання високого емоційного тонусу організму і забезпечує сприятливі умови для тривалої рівноваги процесів збудження і гальмування.

Слід враховувати, що розумова діяльність може виконуватися протягом тривалого часу і не припиняється після виконання конкретної роботи. Якщо м'язову роботу можна припинити довільно, то для розумової роботи, особливо емоційно забарвленої, це зробити важко. Психофізіологічні зміни, що виникають при розумовій праці, зникають досить повільно, їх розглядають як феномен післядії.

Отримані результати дослідження можна використовувати для прогнозування психоемоційних реакцій під час зміни погодних умов, що мають важливе значення як для навчальної діяльності студентів, так і для професійних реакцій людей, які займаються обробкою великої кількості інформації за одиницю часу – операторів, диспетчерів, машиністів.

Література

1. Изюмова С. А. Влияние индивидуально-психологических особенностей на обучаемость студентов / С. А. Изюмова // Инновации в образовании. – 2001. – №2. – С. 30–33.
2. Кляуззе В. П. Санитария и гигиена труда: курс лекций. / В. П. Кляуззе. – Минск, 2009. – 142 с.
3. Исаева Т. Б. Эмоциональная реактивность как дополнительный критерий профотбора операторов / Т. Б. Исаева, Л. П. Гримак // Психофизиологический эксперимент. Методическое и техническое обеспечение. – М.: Наука, 1990, С. 67–70.
4. Данилова Н. Н. Физиология высшей нервной деятельности / Н. Н. Данилова, А. Л. Крылова. – Ростов н/Д: «Феникс», 2005. – 478 с.

Біологічні дослідження – 2015: Збірник наукових праць. –
Житомир: ПП «Рута», 2015. – С.319-321.

5. *Балин В. Д.* Практикум о общей, экспериментальной и прикладной психологии / В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Гербачевский. – СПб.: Питер, 2003. – 560 с.
6. *Никберг И. И.* Гелиометеотропные реакции человека / И. И. Никберг, Е. Л. Ревуцкий, Л. И. Сакали. – К.: Здоров'я, 1986. – 144 с.